

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Кулундинская средняя общеобразовательная школа № 2»  
Кулундинского района Алтайского края

«Согласовано»  
методическим советом школы  
Протокол № 6 от 30.08.2023г.

Утверждено  
приказом директора школы  
№ 93-Д от 31.08.2023г.

Рабочая программа  
коррекционного курса «Двигательное развитие»  
для обучающихся 5-9 класса  
**ФАООП УО (вариант 2)**  
на 2023-2024 учебный год

с. Кулунда, 2023 год

## **Пояснительная записка**

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства обучающихся с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся. Поэтому работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью занятий.

Основные задачи: мотивация двигательной активности, поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений; освоение новых способов передвижения, включая передвижение с помощью технических средств реабилитации. Целенаправленное развитие движений на специально организованных занятиях, которые проводятся инструкторами лечебной физкультуры и (или) учитель адаптивной физкультуры.

Развитие двигательных умений у обучающихся с детским церебральным параличом тесно связано с профилактикой возникновения у них патологических состояний. В ходе работы тело обучающегося фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность патологических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное положение обучающегося в пространстве и возможность реализации движений. Придание правильной позы и фиксация обеспечивается при помощи специального оборудования и вспомогательных приспособлений с соблюдением индивидуального режима. Такая работа организуется в физкультурном зале, в классе и дома в соответствии с рекомендациями врача-ортопеда и специалиста по лечебной физкультуре. Обеспечение условий для придания и поддержания правильного положения тела создает благоприятные предпосылки для обучения обучающегося самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

Техническое оснащение курса включает: технические средства реабилитации (например, кресла-коляски, ходунки, вертикализаторы); средства для фиксации ног, груди, таза; мягкие формы и приспособления для придания положения лежа, сидя, стоя; ограничители; автомобильные кресла; гимнастические мячи различного диаметра, гамак, тележки, коврики, специальный велосипед, тренажеры, подъемники.

### **Содержание коррекционного курса "Двигательное развитие"**

Удержание головы в положении лежа на спине (на животе, на боку (правом, левом)), в положении сидя. Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине или животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине или животе, стоя или сидя), "круговые" движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки). Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, "круговые". Выполнение движений пальцами рук: сгибание или разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак и разгибание. Выполнение движений плечами.

Опора на предплечья, на кисти рук. Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы). Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой). Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой). Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину. Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Изменение позы в положении стоя: поворот

(вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках). Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения "лежа на спине".

Вставание на колени из положения "сидя на пятках". Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения "стоя на коленях". Стояние с опорой (например, вертикализатор, костыли, трость), без опоры. Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры), по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры). Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе). Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом). Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге. Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).

### Тематическое планирование коррекционного курса «Двигательное развитие» 5 класс

№	Тема урока	Количество часов
1	Удержание головы в положении лежа на спине (на животе, на боку (правом, левом), в положении сидя).	1
2	Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки).	1
3	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».	1
4	Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание.	1
5	Выполнение движений плечами.	1
6	Опора на предплечья, на кисти рук.	1
7	Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы).	1
8	Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой). Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой).	1
9	Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину.	1
10	Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).	1
11	Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках).	1
12	Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине».	1
13	Вставание на колени из положения «сидя на пятках».	1
14	Вставание на колени из положения «сидя на пятках».	1
15	Стояние на коленях.	1

16	Ходьба на коленях.	1
17	Вставание из положения «стоя на коленях». Стояние с опорой (вертикализатор, костыли, трость и др.), без опоры	1
18	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1
19	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1
20	Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры).	1
21	Ходьба по наклонной поверхности (вверх, вниз).	1
22	Ходьба по наклонной поверхности (вверх, вниз).	1
23	Ходьба по лестнице.	1
24	Ходьба по лестнице.	1
25	Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе).	1
26	Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе).	1
27	Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом).	1
28	Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево).	1
29	Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево).	1
30	Прыжки на одной ноге.	1
31	Прыжки на одной ноге.	1
32	Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).	1
33	Броски мяча в ориентир.	1
34	Броски малого мяча в цель.	1

**Тематическое планирование коррекционного курса  
«Двигательное развитие» 6 класс**

№	Тема урока	Количество часов
1	Удержание головы в положении лежа на спине (на животе, на боку (правом, левом), в положении сидя).	1
2	Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки).	1
3	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».	1
4	Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание.	1
5	Выполнение движений плечами.	1
6	Опора на предплечья, на кисти рук.	1
7	Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы).	1

8	Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой). Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой).	1
9	Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину.	1
10	Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).	1
11	Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках).	1
12	Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине».	1
13	Вставание на колени из положения «сидя на пятках».	1
14	Вставание на колени из положения «сидя на пятках».	1
15	Стояние на коленях.	1
16	Ходьба на коленях.	1
17	Вставание из положения «стоя на коленях». Стояние с опорой (вертикализатор, костыли, трость и др.), без опоры	1
18	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1
19	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1
20	Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры).	1
21	Ходьба по наклонной поверхности (вверх, вниз).	1
22	Ходьба по наклонной поверхности (вверх, вниз).	1
23	Ходьба по лестнице.	1
24	Ходьба по лестнице.	1
25	Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе).	1
26	Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе).	1
27	Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом).	1
28	Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево).	1
29	Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево).	1
30	Прыжки на одной ноге.	1
31	Прыжки на одной ноге.	1
32	Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).	1
33	Броски мяча в ориентир.	1
34	Броски малого мяча в цель.	1

**Тематическое планирование коррекционного курса  
«Двигательное развитие» 7 класс**

№	Тема урока	Количество часов
1	Удержание головы в положении лежа на спине (на животе, на боку (правом, левом), в положении сидя.	1

2	Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки).	1
3	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».	1
4	Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание.	1
5	Выполнение движений плечами.	1
6	Опора на предплечья, на кисти рук.	1
7	Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы).	1
8	Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой). Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой).	1
9	Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину.	1
10	Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).	1
11	Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках).	1
12	Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине».	1
13	Вставание на колени из положения «сидя на пятках».	1
14	Вставание на колени из положения «сидя на пятках».	1
15	Стояние на коленях.	1
16	Ходьба на коленях.	1
17	Вставание из положения «стоя на коленях». Стояние с опорой (вертикализатор, костыли, трость и др.), без опоры	1
18	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1
19	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1
20	Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры).	1
21	Ходьба по наклонной поверхности (вверх, вниз).	1
22	Ходьба по наклонной поверхности (вверх, вниз).	1
23	Ходьба по лестнице.	1
24	Ходьба по лестнице.	1
25	Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе).	1
26	Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе).	1
27	Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом).	1
28	Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево).	1
29	Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево).	1

30	Прыжки на одной ноге.	1
31	Прыжки на одной ноге.	1
32	Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).	1
33	Броски мяча в ориентир.	1
34	Броски малого мяча в цель.	1

**Тематическое планирование коррекционного курса  
«Двигательное развитие» 8 класс**

№	Тема урока	Количество часов
1	Удержание головы в положении лежа на спине (на животе, на боку (правом, левом), в положении сидя).	1
2	Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки).	1
3	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».	1
4	Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание.	1
5	Выполнение движений плечами.	1
6	Опора на предплечья, на кисти рук.	1
7	Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы).	1
8	Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой). Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой).	1
9	Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину.	1
10	Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).	1
11	Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках).	1
12	Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине».	1
13	Вставание на колени из положения «сидя на пятках».	1
14	Вставание на колени из положения «сидя на пятках».	1
15	Стояние на коленях.	1
16	Ходьба на коленях.	1
17	Вставание из положения «стоя на коленях». Стояние с опорой (вертикализатор, костыли, трость и др.), без опоры	1
18	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1
19	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1
20	Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры).	1
21	Ходьба по наклонной поверхности (вверх, вниз).	1
22	Ходьба по наклонной поверхности (вверх, вниз).	1
23	Ходьба по лестнице.	1

24	Ходьба по лестнице.	1
25	Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе).	1
26	Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе).	1
27	Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом).	1
28	Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево).	1
29	Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево).	1
30	Прыжки на одной ноге.	1
31	Прыжки на одной ноге.	1
32	Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).	1
33	Броски мяча в ориентир.	1
34	Броски малого мяча в цель.	1

**Тематическое планирование коррекционного курса  
«Двигательное развитие» 9 класс**

№	Тема урока	Количество часов
1	Удержание головы в положении лежа на спине (на животе, на боку (правом, левом), в положении сидя).	1
2	Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки).	1
3	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».	1
4	Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание.	1
5	Выполнение движений плечами.	1
6	Опора на предплечья, на кисти рук.	1
7	Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы).	1
8	Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой). Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой).	1
9	Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину.	1
10	Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).	1
11	Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках).	1
12	Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине».	1
13	Вставание на колени из положения «сидя на пятках».	1
14	Вставание на колени из положения «сидя на пятках».	1

15	Стояние на коленях.	1
16	Ходьба на коленях.	1
17	Вставание из положения «стоя на коленях». Стояние с опорой (вертикализатор, костыли, трость и др.), без опоры	1
18	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1
19	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1
20	Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры).	1
21	Ходьба по наклонной поверхности (вверх, вниз).	1
22	Ходьба по наклонной поверхности (вверх, вниз).	1
23	Ходьба по лестнице.	1
24	Ходьба по лестнице.	1
25	Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе).	1
26	Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе).	1
27	Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом).	1
28	Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево).	1
29	Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево).	1
30	Прыжки на одной ноге.	1
31	Прыжки на одной ноге.	1
32	Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).	1
33	Броски мяча в ориентир.	1
34	Броски малого мяча в цель.	1

### **Учебно-методическое обеспечение.**

1. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2).
  2. Учебники и учебные пособия по адаптивной физической культуре, дефектологии, лечебной физической культуре, материально-техническому обеспечению адаптивной физической культуры, комплексной профилактике заболеваний и реабилитации больных и инвалидов, коррекционным подвижным играм и упражнениям для детей с нарушениями в развитии
- Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / под ред. С. П. Евсеева. – М. : Советский спорт, 2007.
- Адаптивная физическая культура в школе : начальная школа / Автор-составитель О. Э.

- Аксенова ; под общей ред. С. П. Евсеева. – СПб.: изд-во СПбГАФК имени П.Ф. Лесгафта, 2003. - 240 с.
- Адаптивный спорт для лиц с нарушениями интеллекта : методическое пособие. Изд. 2-е доп. – М. : Советский спорт, 2004. – 96 с.
- Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев, Б. Шляпин. – М. : ФиС, 1991. – 542 с.
- Нарзулаев, С. Б. Технология обучения лыжному спорту детей с ограниченными возможностями здоровья : учебно-методическое пособие / составители: С. Б. Нарзулаев, Ю. Т. Ревякин, С. В. Семенова. - Томск : ТГПУ, 2008. – 55 с.
- Новичихина, Е.В. Особенности методики обучения подвижным играм незрячих детей младшего школьного возраста // Адаптивная физическая культура. - 2006. - № 3. - С. 9 - 13.
- Шапкова, Л. В. Средства адаптивной физической культуры : Методические рекомендации по физкультурно-оздоровительным и развивающим занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии / Л. В. Шапкова; под ред. проф. С.П. Евсеева. - М. : Советский спорт, 2001. - 152 с
- 3. Демонстрационные материалы** (плакаты, таблицы, видео материалы и т.д.).  
**Материально-техническое обеспечение (специальный учебный и дидактический материал, отвечающий особым образовательным потребностям обучающихся)**
- Предметная область «Физическая культура»должна обеспечивать обучающимся возможность физического самосовершенствования, даже если их физический статус значительно ниже общепринятой нормы. Для этого оснащение физкультурных залов должно предусматривать специальное адаптированное (ассистивное) оборудование для обучающихся с различными нарушениями развития, включая тренажеры, специальные велосипеды, ортопедические приспособления и др.
- Материально-техническое оснащение учебного предмета адаптивная физическая культура в соответствии с требованиями АООП включает:
- дидактический материал: изображения (картинки, фото, пиктограммы) спортивного инвентаря;
  - альбомы с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий;
  - спортивный инвентарь: маты, батуты, гимнастические мячи разного диаметра, гимнастические скамейки, гимнастические лестницы, обручи, кегли, мягкие модули различных форм, гимнастические коврики, корзины, футбольные, волейбольные, баскетбольные мячи,;
  - мебель: шкафы для хранения спортивного инвентаря, для переодевания, стулья,

стол, столы-кушетки. \_\_